

Klaus W. Vopel

Schreibwerkstatt

Eine Anleitung zum kreativen Schreiben
für Schüler, Lehrer und Autoren

Band 1 iskopress

5. Auflage 2009
ISBN 978-3-89403-311-8

Copyright © iskopress, Salzhausen
Umschlag: Mathias Hütter, Schwäbisch Gmünd
Druck: Hans Kock, Bielefeld

Bibliografische Information der
Deutschen Bibliothek
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie;
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet
über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Inhalt

| | |
|---|----|
| Vorwort | 9 |
| Die Bedeutung des kreativen Schreibens | 9 |
| Der Leiter | 10 |
| Einleitung | 12 |
| 1. Schreiben in der Schreibwerkstatt | 12 |
| 2. Die Atmosphäre | 13 |
| 3. Arbeitsmittel | 13 |
| 4. Die Intimsphäre der Autoren | 14 |
| 5. Der Gruppenprozess | 15 |
| 6. Besondere Aktivitäten | 16 |
| 7. Kreativität und das Unbewusste | 18 |
| 8. Der Prozess des Schreibens | 19 |
| 9. Den Rhythmus finden | 20 |
| 10. Texte überarbeiten | 22 |
| 11. Feedback | 23 |
| Teil 1: MUT ZUM SCHREIBEN | 27 |
| Kapitel 1: Einfach anfangen | 29 |
| 1. In die Hand schreiben | 30 |
| 2. In den Himmel schreiben | 32 |
| 3. Nein! | 35 |
| 4. Mein erster Gedanke | 37 |
| 5. Zuhören | 39 |
| 6. Zuhören und Verstehen | 41 |
| 7. Notizbuch | 42 |
| 8. Beobachtung | 43 |
| 9. Sich jeden Tag drei Mal verlieben | 44 |
| 10. Terrakotta | 45 |
| 11. Staunen | 47 |
| 12. Freund aller Dinge | 48 |
| 13. Poesie der Schere | 49 |
| 14. Drei Perspektiven | 51 |
| 15. Erster Schultag | 52 |
| 16. Vornamen | 54 |
| 17. Die Macht der Worte | 55 |
| 18. Gefühle | 56 |
| 19. Dinge, die man nicht beschreiben kann | 57 |
| 20. Irgendwohin gehen | 58 |

| | |
|--|-----|
| 21. Puzzle | 60 |
| 22. Geschenkte Wörter | 61 |
| 23. Träume | 63 |
| 24. Poesie ist wie ein Kaktus | 65 |
| 25. Titel, lauter Titel | 66 |
| 26. Themenzentriertes, freies Schnellschreiben | 68 |
| 27. Spontanes, freies Schreiben | 70 |
| Kapitel 2: Lizenz zum Schreiben | 73 |
| 28. Was ich nicht sagen kann | 74 |
| 29. Schwierigkeiten bemerken | 75 |
| 30. Mein eigenes Leben leben | 76 |
| 31. Ein Engel an meiner Seite | 77 |
| 32. Warum schreibe ich? | 79 |
| 33. Naheliegender Dialog | 80 |
| 34. Schreiben oder nicht schreiben | 81 |
| 35. Linke Hand, rechte Hand | 82 |
| 36. Lizenz zum Schreiben | 83 |
| 37. Dinge, die ich heute nicht beachtet habe | 85 |
| 38. Traumpolizei | 86 |
| 39. Einen Dichter erfinden | 87 |
| 40. Ein imaginärer Künstler | 88 |
| 41. Mit dem inneren Kritiker sprechen | 90 |
| 42. Die Blockade beschreiben | 92 |
| 43. Das richtige Publikum wählen | 93 |
| Kapitel 3: Macht der Gefühle | 95 |
| 44. Manchmal – oft – immer | 96 |
| 45. Mit meiner Stimmung reden | 98 |
| 46. Angst | 100 |
| 47. Nachts | 101 |
| 48. Trauer | 102 |
| 49. Abschiedsbrief | 103 |
| 50. Rot | 105 |
| 51. Grüne Kobras | 106 |
| 52. Gründe, dich zu lieben | 108 |
| 53. Jungen/Mädchen verbessern | 110 |
| 54. Ärger | 111 |

| | |
|--|-----|
| Teil 2: GRUNDKURS KREATIVES SCHREIBEN | 113 |
| Kapitel 4: Orte | 115 |
| 55. Der Ort, an dem ich gerade bin | 116 |
| 56. Zehn Beobachtungen täglich | 118 |
| 57. Wo verstecken sich Schreibideen? | 119 |
| 58. Ein Platz, den ich hasse | 120 |
| 59. Im Innern meines Herzens | 121 |
| 60. Das Haus meiner Kindheit | 122 |
| 61. Ein Platz zum Verstecken | 124 |
| 62. Meine Nachbarschaft | 126 |
| 63. Ein eigener Raum | 127 |
| 64. Feng Shui | 128 |
| 65. Heimat | 129 |
| 66. Übertreibung | 130 |
| 67. Reise durch den Körper | 131 |
| 68. Indiskret | 133 |
| 69. Die Einstimmung des Lesers | 135 |
| 70. Eine fremde Welt | 136 |
| 71. Schreiben für alle Sinne | 137 |
| Kapitel 5: Zeiten | 139 |
| 72. Die Stimme der Zukunft | 140 |
| 73. Vier Türen | 141 |
| 74. Die Welt verbessern | 143 |
| 75. Zeitreise in ein Paradies | 144 |
| 76. Tagebuchnotiz im Jahre 2034 | 146 |
| 77. Erste Erfahrungen | 147 |
| 78. Die sechs Leben des General Patton | 148 |
| 79. Meilensteine meiner Zukunft | 149 |
| 80. Lebensreise | 151 |
| 81. Zwei Perspektiven | 152 |
| 82. Leben und Tod | 153 |
| 83. Leben und Sterben | 154 |
| 84. Nachruf | 156 |
| 85. Zurückblicken auf die Zukunft | 157 |
| Kapitel 6: Menschen | 159 |
| 86. Physisches Porträt | 160 |
| 87. Porträt eines Freundes | 162 |
| 88. Kontraste | 163 |
| 89. Lehrer unserer Schule | 164 |

| | |
|--|------------|
| 90. Typisch ich | 165 |
| 91. Selbstbild als Berg | 167 |
| 92. Karikatur | 168 |
| 93. Jemand, der keine Kinder mag | 169 |
| 94. Ambivalenz | 171 |
| 95. Prominenz | 172 |
| 96. Ein schlechtes Vorbild | 173 |
| 97. Drei-Minuten-Monolog | 174 |
| 98. Ein Scheusal | 175 |
| 99. Vorfahren | 176 |
| 100. Gespaltene Persönlichkeit | 177 |
| 101. Sympathische Hässlichkeit | 178 |
| 102. Wechsel der Gefühle | 179 |
| Kapitel 7: Dialoge | 181 |
| 103. Aufgeschnappt | 182 |
| 104. Arzt und Patient | 183 |
| 105. Zwei erfundene Charaktere | 184 |
| 106. Zuhören | 185 |
| 107. Indirekter Dialog | 186 |
| 108. Mann und Frau | 187 |
| 109. Lügen und Geheimnisse | 188 |
| 110. Aufgeregt | 189 |
| 111. Interview mit Eva Hart | 190 |
| 112. Ein halber Monolog | 191 |
| 113. Telefon-Dialog | 192 |
| 114. Genug ist genug | 193 |
| 115. Konflikt zwischen zwei Dingen | 194 |
| 116. Liebe, Ärger und du selbst | 195 |
| 117. Wahre Lügen | 196 |
| Kapitel 8: Aktionen | 197 |
| 118. Die bewegte Hand | 198 |
| 119. Den Tag beginnen | 199 |
| 120. Zähneputzen | 200 |
| 121. Anleitung zum Küssen | 201 |
| 122. Bungee-Jumping | 202 |
| 123. Körpersprache | 203 |
| 124. Zwei Stimmungen | 204 |
| 125. Selbstgemachter Stress | 205 |
| 126. Der Weg zum Himmel oder zur Hölle | 206 |

Vorwort

Zielgruppen: Die „Schreibwerkstatt“ soll in erster Linie helfen, den Deutschunterricht zu bereichern. Das Material beider Bände kann jedoch auch für Kurse im kreativen Schreiben in der Erwachsenenbildung oder in der Jugendarbeit genutzt werden. Und auch eine leiterlose Schreibgruppe von Erwachsenen, die einfach Spaß haben, ihre poetischen Fähigkeiten zu entwickeln, muss bei der Fülle der gebotenen Anregungen nicht befürchten, dass ihr die Ideen für die Arbeit ausgehen. Darüber hinaus können einzelne zukünftige Autoren, die ihre sprachliche Kreativität entwickeln möchten, mit den insgesamt 231 Schreibaufgaben hervorragend arbeiten.

Alter der Teilnehmer: Ein Teil der Schreibexperimente kann bereits im dritten oder vierten Schuljahr eingesetzt werden; fast alle Übungen eignen sich für Teilnehmer ab zwölf bis vierzehn Jahren. Ich habe darauf verzichtet, zu den einzelnen Schreibaufgaben Altersangaben zu machen, weil der einzelne Gruppenleiter viel besser beurteilen kann, wie weit eine bestimmte Aufgabe zum Entwicklungsstand der eigenen Gruppe passt.

Band 1: Im ersten Teil des ersten Bandes, „Mut zum Schreiben“, stelle ich 54 Schreibaufgaben vor, die den Teilnehmern helfen, neugierig zu werden, aufmerksam zu beobachten, ihre Phantasie zu benutzen, mit Schreibschwierigkeiten umzugehen und die Energie ihrer Gefühle auszudrücken.

Teil 2 bringt einen kompletten „Grundkurs kreatives Schreiben“ (72 Schreibaufgaben) mit den Schwerpunkten: „Orte“, „Zeiten“, „Menschen“, „Dialoge“ und „Aktionen“.

Band 2: Dieser Band enthält 105 weitere Schreibaufgaben in sieben Kapiteln. Darunter finden Sie viele Übungen, die auch für jüngere Teilnehmer gut geeignet sind – besonders in den Kapiteln „Einfache Gedichte“ und „Gemeinsam schreiben“.

Die Bedeutung des kreativen Schreibens

Im Bereich von Schule und Universität kann es dazu beitragen, die Qualität des Schreibens zu verbessern. Die Veränderung der Lesegewohnheiten und vor allem das extensive Fernsehen haben dazu beigetragen, dass Schüler und Studenten heute unsicherer sind im schriftlichen Ausdruck als die Generationen vor ihnen. Kreatives Schreiben soll ihnen helfen, klar und lebendig schreiben zu lernen. Offensichtlich kann die klassische Schreibtradition des „funktionalen Schreibens“ dieses Ziel nicht erreichen, weil sie am Motivationsproblem scheitert. Kreatives Schreiben, das auch unter den Begriffen „expressives Schreiben“ oder „imaginatives Schreiben“ bekannt ist, ermutigt die Autoren,

vor allem auf ihre persönlichen Erfahrungen, auf Alltagserlebnisse, auf das eigene Ich, auf Gefühle und Körperwahrnehmungen und auf den Bereich des Unbewussten und der Phantasie zurückzugreifen. Es gibt unserer Subjektivität eine hohe Bedeutung und entspricht damit dem positiven Narzissmus unserer Kultur.

Das kreative Schreiben hat viele Impulse aus der zeitgenössischen Literatur und auch aus der Praxis des „Journal Writing“ aufgenommen. Das „Journal Writing“ ist eine Schreibpraxis, die der Therapie nahesteht. Sie dient der Klärung persönlicher Probleme, macht den eigenen Lebensweg transparent und hilft bei der Planung der Zukunft.

Aber kreatives Schreiben ist nicht nur ein Mittel, um die Schreibpraxis in Schulen und Universitäten zu erneuern, es ist auch entwicklungspsychologisch bedeutsam. Während das funktionale Schreiben unsere psychologische Anpassung an bewährte und etablierte Schreibmuster trainiert, betont kreatives Schreiben innere Selbstständigkeit, Verantwortung und Entscheidungskompetenz. Der Autor muss einen anspruchsvollen Spagat machen zwischen seiner eigenen Subjektivität und dem Publikum, er muss originell und verständlich schreiben, er braucht Spontaneität und Disziplin. Das sind persönliche Qualitäten, die in unserer Zeit dringend gebraucht werden.

Zur Zeit wird kreatives Schreiben von einer noch relativ kleinen Zahl weitblickender Lehrer, Jugendleiter und Psychologen benutzt, aber dieser Kreis wird sich in den kommenden Jahren zweifellos rasch erweitern.

Der Leiter

Wenn Sie die „Schreibwerkstatt“ als ein Buch mit Rezepten für das kreative Schreiben betrachten, dann machen Sie sich bitte klar, dass Sie selbst mit Ihrer Art, das Material auszuwählen, zu benutzen und abzuändern, und vor allem durch Ihre persönliche Beziehung zu den Teilnehmern die wichtigste „Zutat“ sind. Kreatives Schreiben funktioniert in jeder Gruppe am besten, wenn auch der Leiter Experimente und Intuition schätzt. Fangen Sie an, „kreativ zu schreiben“! Wenn Sie das tun, werden Sie ein besonderes Verhältnis zu Ihren Schülern entwickeln. Indem Sie selbst schreiben, sind Sie glaubwürdig und ein attraktives Modell. Und Sie können dann in die Gruppe etwas hineinbringen, was dieses Buch nicht leisten kann, nämlich Ihre eigene intime Beziehung zur Sprache, Ihre Mühen beim Schreiben, die Erfolgserlebnisse, all die nuancierten Erfahrungen mit den eigenen Texten. Sie können mit Ihren Teilnehmern – je nach Altersstufe – über Ihre eigenen Schreiberfahrungen sprechen, über Ihre Probleme und Ihre Techniken, mit denen Sie Probleme gelöst haben. Sie können aus Ihren eigenen Texten vorlesen. Und bringen

Sie nicht nur Texte mit, mit denen Sie völlig zufrieden sind, sondern auch Texte, bei denen Sie unsicher sind, die vielleicht nicht so gelungen sind. Auf diese Weise können Sie Ihre eigene Verletzlichkeit zeigen und die Schüler einladen, darauf zu reagieren. Sie haben eine große Chance, dass Ihre Teilnehmer aufmerksam und freundlich sein werden.

Vielleicht haben Sie auch Lust, mit einigen interessierten Kollegen eine kleine Lehrer-Schreibwerkstatt zu bilden, die es Ihnen gestattet, die eigenen Texte zu diskutieren und darüber hinaus die Strategien, wie man heute auch unter schwierigen Bedingungen kreatives Schreiben lehren kann. Die Investition an Zeit wird mehr als ausgeglichen durch den Gewinn, den Sie davon haben können. Wenn Sie unterrichten, dann müssen Sie von sich absehen, für andere da sein und „geben“. Wenn Sie selbst schreiben, bekommen Sie etwas, erleben Sie den Genuss Ihrer Kreativität und die Zustimmung und Anerkennung der Menschen, denen Sie Ihre Texte zugänglich machen. So gesehen, ist kreatives Schreiben auch ein Mittel der Selbsterhaltung, eine Medizin gegen Erschöpfung und Stress.

Ich wünsche Ihnen, dass Sie erfolgreich und anregend mit der Schreibwerkstatt arbeiten können.

Klaus W. Vopel

Einleitung

1. Schreiben in der Schreibwerkstatt

Jeder, der professionell schreibt, weiß, wie schwierig es sein kann, in Gang zu kommen. Ein Teil dieser Schwierigkeiten hängt sicher mit der Einsamkeit beim Schreiben zusammen. Wir wollen möglichst kompetent vorgehen und die zur Verfügung stehende Zeit optimal nutzen. Wir wissen ja, dass wir schreiben können, und erwarten eine gewisse Leichtigkeit beim Formulieren. Gleichwohl fühlen wir uns oft unsicher; viele Ideen gehen uns im Kopf herum und wir wissen nicht, für welche wir uns entscheiden sollen. Dann wünschen wir uns manchmal die Gegenwart eines Kollegen, dem der Start etwas leichter fällt und mit dem wir uns austauschen können.

Die Schreibwerkstatt bietet diesen Motivationsvorteil der Gruppensituation. Die Teilnehmer stehen alle vor der gleichen Aufgabe: Sie haben dasselbe Thema und gleich viel Zeit zur Verfügung. Sie werden ihre Texte vorlesen und Feedback vom Leiter und von der Gruppe bekommen. Dieses Setting erweist sich für Teilnehmer aller Altersstufen als sehr anregend.

Wenn Sie mit den Übungen im kreativen Schreiben Ihren Deutschunterricht bereichern möchten und Ihnen die Zeit fehlt, einen regulären Kurs durchzuführen, so werden Sie in der Regel auf ganz einfache Weise vorgehen:

Sie wählen selbst oder gemeinsam mit den Schülern ein Thema aus und schlagen eine dazu passende Schreibaufgabe vor. Halten Sie die Diskussion darüber kurz, höchstens drei bis fünf Minuten! Dann gehen die Teilnehmer ans Schreiben. Die Schreibphase sollte etwa fünfzehn bis zwanzig Minuten dauern. Geben Sie anschließend möglichst vielen Freiwilligen Gelegenheit, ihre Texte vorzulesen. Das Feedback darauf von Ihrer Seite und vonseiten der Gruppe kann sich auf persönliche Reaktionen beschränken (Das war spannend, Das hast du gut gesagt, etc.). Handwerkliche Kritik soll keine wesentliche Rolle spielen, damit die Lust am Schreiben nicht beeinträchtigt wird. Bedenken Sie, dass die Autoren zunächst empfindlich sind, denn sie exponieren sich stärker als bei üblichen Deutschaufsätzen mit ihrem Mut zu experimentieren, mit ihren Gefühlen und manchmal mit Einblicken in ihr Leben und das ihrer Familie. Wenn Sie diese Ratschläge befolgen, werden Sie erstaunt sein, mit wie viel Spaß fast alle binnen kurzem bei der Sache sein werden und wie viel sprachliche Kreativität auch in sonst eher schreibunlustigen Schülern steckt.

Sollten Sie einen regelrechten Kurs für kreatives Schreiben planen, so brauchen Sie dafür mindestens eine Stunde, besser zwei Stunden pro Woche.

Je nach Alter und Reife der Teilnehmer werden die Arbeitseinheiten dann mehrere Arbeitsschritte enthalten:

1. Texte werden geschrieben und ggf. überarbeitet.
2. Texte werden vorgelesen.
3. Die Teilnehmer geben und bekommen Feedback.
4. Sie tauschen sich über den Schreibprozess aus.
5. Ab und zu sollte eine kreative Pause eingelegt werden, damit die Teilnehmer über ihre Interessen, besonderen Erfahrungen im Alltag, Probleme und Wünsche sprechen können.

2. Die Atmosphäre

Die Atmosphäre in einer Schreibwerkstatt soll möglichst ungezwungen sein. Jeder muss die Möglichkeit haben, seinem persönlichen Arbeitsstil zu folgen. Dazu gehört auch, dass die Tische umgestellt werden können, damit Kleingruppenarbeit möglich ist, während andere Teilnehmer vielleicht allein arbeiten. Einige schreiben möglicherweise am liebsten im Stehen, andere auf dem Fußboden.

Für die ersten Sitzungen einer Schreibwerkstatt ist es zu empfehlen, dass alle Teilnehmer an denselben Aufgaben arbeiten, weil es dann eine gemeinsame Grundlage gibt. Außerdem hilft diese Vorgehensweise dem Gruppenleiter, seine Leitung zu etablieren und den Gruppenprozess in Gang zu bringen. Später kann das Prinzip des gemeinsamen Themas aufgelockert werden. Einzelne Teilnehmer können sich dann dafür entscheiden, eine noch nicht beendete Arbeit fortzusetzen, einen früheren Text zu überarbeiten oder auf eigene Faust ein neues Thema zu beginnen. Es ist wichtig, dass die Teilnehmer verschiedene Optionen haben.

3. Arbeitsmittel

Jeder Teilnehmer einer Schreibwerkstatt braucht eine Mappe, um darin alles aufzubewahren, was er geschrieben hat: alle Reinschriften, aber auch alle Skizzen, Notizen und Fragmente. Wenn die Mappe mit der Zeit immer dicker und schwerer wird, haben die Teilnehmer ein Erfolgserlebnis: Das alles habe ich schon geschrieben!

Diese Mappe dient vor allem als Ideenarchiv. Von Zeit zu Zeit können die Teilnehmer ihr Material sichten, Notizen und Fragmente weiterentwickeln oder alte Fassungen überarbeiten und verfeinern. Oft funktioniert diese Mappe wie ein Brutkasten: Wenn schwierige Texte oder Texte, mit denen der Autor nicht zufrieden ist, dort einige Zeit gelegen haben, sind sie „reif“, um wieder hervorgeholt und verfeinert zu werden.

Außerdem benötigt jeder Teilnehmer ein kleineres Notizbuch, das sein persönliches Eigentum ist und das er immer auch mit nach Hause nimmt. Dieses Notizbuch ist Privatbesitz und niemand hat das Recht, darin zu lesen.

Das persönliche Notizbuch, das niemals kritisch beurteilt wird, gibt vielen Teilnehmern ein Gefühl persönlicher Freiheit. Niemand kann sehen, was sie darin schreiben. Es kann manchmal die Funktion eines Tagebuchs übernehmen, aber es ist zugleich eine Art „Miniatur-Schreibwerkstatt“, wo viele interessante Beobachtungen Platz finden, wo kleine, wertvolle Gedichte notiert werden, wo Notizen und Fragmente bis zu ihrer Weiterverarbeitung festgehalten werden. Im Notizbuch kann der Autor seine kreativen Selbstgespräche festhalten und sich davon anregen lassen.

Um den Gebrauch des Notizbuches zu erleichtern, können wir den Teilnehmern von Zeit zu Zeit aus den veröffentlichten Notizbüchern etablierter Schriftsteller vorlesen, und in gewissen Abständen ist es zweckmäßig, dass die Teilnehmer berichten, welche Art Notizen sie dort aufbewahren. Dabei können wir in der Regel typische Schwerpunkte beobachten:

Ereignisse,
Träume,
Erinnerungen,
Naturerlebnisse,
interessante Plätze,
Gedanken,
Bilder,
schöne Wörter,
politische Beobachtungen,
Gedanken über das Schreiben,
Verhaltensweisen von Menschen,
Hoffnungen,
Reaktionen,
mitgehörte Dialoge.

Das Entscheidende am Notizbuch ist, dass hier alles und in jeder beliebigen Form seinen Platz finden kann. Nichts muss perfekt oder endgültig formuliert sein. Hier werden einzelne Wörter aufbewahrt und ganze Träume.

4. Die Intimsphäre der Autoren

Kreatives Schreiben basiert in hohem Maße auf den persönlichen Erfahrungen der Teilnehmer. Die meisten Autoren bleiben verhältnismäßig dicht an ihren eigenen Erfahrungen und Erlebnissen, während andere weitgehend auf ihre Phantasie oder die Erfahrungen anderer Menschen zurückgreifen.

Damit sich jeder Teilnehmer möglichst frei fühlen kann, soll zu Beginn einer Schreibwerkstatt die folgende Grundregel unmissverständlich ausgesprochen werden: „Alles, was ihr hier schreibt, kann völlig den Tatsachen entsprechen,

es kann ganz frei erfunden sein oder es kann irgendwo dazwischen liegen. Aber es geht niemanden etwas an, was davon erfunden ist und was der Wahrheit entspricht.“

Diese Regel schützt die Intimsphäre der Autoren. Außerdem ist sie realistisch. Denn auch Texte, die stark autobiografisch wirken, sind durch einen künstlerischen Filter gegangen, der das Material aus dem persönlichen Leben verändert hat. Wie der Schauspieler, so trägt jeder Autor eine Maske, auch wenn diese Maske dem Selbst des Autors zuweilen sehr ähnelt.

Dieser Punkt muss mit den Teilnehmern ausführlich besprochen werden. Natürlich zeigen wir immer viel von unserer Person, selbst wenn wir etwas „erfinden“. Wir zeigen unsere Nähe zu einem Problem, wir enthüllen etwas von uns selbst, von unserer Familie, von unseren Freunden. Diese möglichen Rückschlüsse machen manche Teilnehmer befangen, sie haben Angst vor der Reaktion der anderen oder fragen sich: „Was mag der Lehrer denken?“ Sie fühlen sich unbehaglich, wenn sie anderen zu viel Einblick in ihr Leben geben. Darum muss immer wieder betont werden: Wir wollen keine Spekulationen darüber anstellen, ob irgendetwas, was ein Teilnehmer geschrieben hat, tatsächlich passiert ist, und ob dies seinen persönlichen Überzeugungen oder Gefühlen entspricht. Durch den Prozess des Schreibens verändern wir die Wirklichkeit und machen daraus ein Kunstprodukt. Darum sind Fragen wie: „Ist das wirklich passiert?“ oder „Empfindest du das wirklich so?“ ein absolutes Tabu, genau wie Kommentare nach der Art: „Du bist aber seltsam... verrückt... traurig... einsam...“ etc. Wir müssen streng darauf achten, Text und Person zu trennen.

Manchmal hören wir natürlich Dinge, bei denen wir den Zusammenhang zwischen Text und Autor nicht übersehen können. Wenn der Gruppenleiter dann darauf reagieren will, sollte er das privat tun und mit viel Taktgefühl.

5. Der Gruppenprozess

Eine Schreibwerkstatt funktioniert dann gut, wenn die Gruppenmitglieder sich in der Gruppe wohlfühlen, wenn sie aufeinander neugierig sind, wenn sie das Gefühl haben, voneinander lernen zu können, und wenn die Gruppe im Laufe der Zeit ein hohes Maß an Toleranz und Vertrauen entwickeln kann. Als Leiter haben wir darauf zu achten, dass es zu keiner Fragmentierung der Gruppe kommt, z. B. in erfolgreiche und in weniger erfolgreiche Teilnehmer. Wir müssen dafür sorgen, dass jeder immer wieder dadurch Erfolgserlebnisse hat, dass seine Arbeiten mit Interesse aufgenommen werden.

Unser eigenes Verhalten ist ein wichtiges Modell für die anderen Gruppenmitglieder. Wenn wir selbst niemanden übersehen, dann wird die Gruppe mit der Zeit ähnlich reagieren. Wir können den Gruppenzusammenhalt dadurch

Teil 1

MUT ZUM SCHREIBEN

Kapitel 1

EINFACH ANFANGEN



1. In die Hand schreiben



Ziele: Wenn ich einen Kurs beginne, dann verwende ich gern diese Übung. Sie erinnert mich selbst daran, dass wir beim Schreiben immer neu anfangen müssen – in einer inneren Haltung, die die Buddhisten „beginner’s mind“ nennen. Immer wenn wir schreiben, fangen wir von vorn an. Wir haben keine Sicherheit, und es hilft uns auch wenig, dass wir uns sagen: „Vor zwei Monaten habe ich etwas Gutes geschrieben. Jetzt wiederhole ich das einfach.“ Im Gegenteil: Immer wenn wir anfangen, staunen wir darüber, dass wir es das letzte Mal überhaupt geschafft haben. Jedes Mal machen wir eine neue Reise ohne Landkarte.

Aber diese Unbequemlichkeit ist nur die eine Seite der Medaille. Wir haben auch einen Vorteil. Wir können frisch anfangen, spontan, neugierig.

Die besondere Struktur dieser Schreibübung macht uns darauf aufmerksam, dass wir beim Schreiben von Zeit zu Zeit Variationen einführen können, z. B.: im Stehen schreiben, auf einer ungewöhnlichen Unterlage schreiben, mit einem anderen Schreibgerät schreiben. Diese neuen Elemente begünstigen unsere Spontaneität und überraschen unseren inneren Kritiker, der nicht weiß, wie er sich in solchen Situationen zu verhalten hat.



Anleitung: Vermutlich seid ihr in diesen Kurs gekommen, um euer Schreibtalent zu üben. Vielleicht wollt ihr intensives Training, vielleicht wollt ihr von anderen lernen, vielleicht wollt ihr euch Mut machen. Vielleicht habt ihr auch Zweifel, ob ihr überhaupt kreatives Schreiben lernen könnt. Zu einem Teil ist dieser Zweifel berechtigt, denn Schreiben ist anders als Rechnen. Rechnen können wir wirklich lernen, aber beim Schreiben müssen wir oft von vorn anfangen, denn zum Schreiben brauchen wir nicht nur unsere Intelligenz. Manchmal ist unsere Intelligenz sogar der Feind unseres Schreibens. Zum Schreiben brauchen wir neben unserer Intelligenz vor allem auch unser Herz, und unser Herz funktioniert nicht auf Knopfdruck. Manchmal ist es munter, manchmal ist es müde, manchmal haben wir ein Herz, das ungefähr so alt ist, wie wir tatsächlich sind, manchmal haben wir das Herz eines Schulanfängers. Weil das so ist, möchte ich mit euch eine wunderschöne Übung für Schulanfänger machen... Kommt immer zu zweit zusammen, stellt euch nebeneinander hin und entscheidet, wer A und wer B sein soll. A soll jetzt ein paar Minuten der Lehrer sein und B der Schulanfänger. Der Schulanfänger kann gleich auf eine besondere Weise das Lesen lernen, und der Lehrer kann sich daran erinnern, dass wir alle am besten lernen, wenn wir liebevoll behandelt werden.

Der Schulanfänger schließt die Augen und gibt dem Lehrer seine ausgestreckte, flache Hand. Dies soll die Schiefertafel sein, und der Lehrer wird

gleich anfangen, auf die Schiefertafel einzelne Druckbuchstaben zu schreiben. Der Schulanfänger soll raten, welche Buchstaben auf seine Hand geschrieben werden. Bevor ihr einen neuen Buchstaben schreibt, wischt den alten Buchstaben von der Hand. Das hilft dem Schulanfänger, sich frisch zu konzentrieren. (1-2 Minuten)

Jetzt kann der Lehrer dazu übergehen, einzelne arabische Ziffern zu schreiben. (1 Minute)

Nun kann der Lehrer anfangen, kurze Wörter auf die Hand zu schreiben... (2 Minuten)

Vielleicht ist euer Schützling jetzt soweit, dass er kurze Sätze entziffern kann. Wenn ihr wollt, könnt ihr jetzt auch mit Schreibschrift experimentieren. Achtet darauf, dass ihr euer Tempo so wählt, dass der Schulanfänger wirklich lesen kann. (2-3 Minuten)

Zum Abschluss könnt ihr euren Schützling noch mit einer neuen Aufgabe überraschen. Wie wäre es mit einer Bilderschrift? Stellt euch hinter euren Partner und malt ihm einfache Bilder auf den Rücken, z. B. ein Haus, einen Bleistift, einen Ball, eine Schlange. Und immer wenn ihr etwas Neues malen wollt, dann wischt vorher das alte Bild vom Rücken ab... Lasst euren Schüler raten, was ihr gezeichnet habt. (2-3 Minuten)

(Lassen Sie die Paare jetzt die Rollen wechseln und wiederholen Sie die Instruktionen dafür. Anschließend sollen die Gruppenmitglieder ihre Reaktionen auf dieses besondere Schreibexperiment austauschen. Sie können gleich oder später daran anknüpfen und die Teilnehmer kurze improvisierte Gedichte schreiben lassen zu einfachen Themen wie z. B.: „Nachts“, „Nein“, „Du“. Dabei schreiben die Teilnehmer ihre Texte spontan einem Partner in die Hand. Die besondere Situation des Schreibens umgeht, wie durch ein Wunder, viele Starthemmnungen.

Zum Abschluss können die Teilnehmer einen kurzen Prosatext oder auch ein einfaches Gedicht über ihre Erfahrungen bei diesem besonderen Schreibexperiment verfassen.)

2. In den Himmel schreiben



Ziele: Schreiben ist ein körperlicher Vorgang, was wir allzu leicht vergessen. Ehe wir schreiben, können wir uns selbst einen Gefallen tun, indem wir unseren Körper bewusst einladen, konstruktiv mitzuarbeiten. Dazu ist es gut, wenn wir uns körperlich entspannen oder warm machen. Genauso nützlich kann es sein, wenn wir von Zeit zu Zeit auch über unsere Schreibgeräte nachdenken, wenn wir ab und zu das Papier wechseln, auf dem wir schreiben, oder das Schreibgerät selbst.

Ich präsentiere hier eine schöne Anwärmbübung, die Spaß macht und die Aufmerksamkeit der Teilnehmer auf die physischen Aspekte des Schreibens lenkt. Wenn möglich, zeigen Sie den Teilnehmern Abbildungen der in der Übung erwähnten antiken Schriften.



Anleitung: Was brauchen wir, wenn wir schreiben wollen? Wenn uns jetzt zunächst einfällt, dass wir gute Ideen oder die richtige Stimmung brauchen, dann sind wir schon ein wenig zu schnell gewesen. Schreiben ist ein körperlicher Vorgang, und wir brauchen dazu unsere Finger, unsere Hand, unseren Arm und weit über 40 verschiedene Muskeln und ein bis zwei Dutzend Knochen, um die komplizierten Bewegungen auszuführen, mit denen wir die Buchstaben auf das Papier bringen. Wenn wir richtig in Gang gekommen sind und schnell schreiben, dann merken wir, dass das anstrengend ist. Manchmal kommen wir dabei ins Schwitzen, wir fangen an zu keuchen, wir bemerken, dass uns dabei ganz warm wird. Damit unser Körper uns beim Schreiben unterstützt, können wir ihm von Zeit zu Zeit eine kleine Anwärmbaktivität gönnen, in der Art, wie ihr es gleich erleben werdet, oder auf irgendeine andere Art, die ihr euch selbst ausdenkt.

Stellt euch bitte vor euren Tisch, die Füße schulterbreit auseinander. Wir werden gleich auf eine besondere Art zu schreiben beginnen, die unseren Körper einbezieht und gleichzeitig unsere Phantasie. Denkt bitte zurück an die Geschichte des Schreibens. Wenn ich mich richtig erinnere, haben die Menschen des Vorderen Orients vor langer Zeit Keilschrift in Steine gemeißelt. Nehmt in die linke Hand einen imaginären Meißel und in die rechte Hand einen passenden Hammer. Stellt euch vor, dass vor euch ein Felsblock steht. Ihr wollt jetzt irgendwelche Phantasiebuchstaben im Stil der Keilschrift in diesen Fels meißeln. Spürt den Widerstand des Steines und das Gewicht des Hammers, spürt, wie ihr den Meißel halten müsst, damit ihr schöne Vertiefungen in den Stein schlagen könnt. Meißelt einige senkrechte Linien, einige waagerechte, einige diagonale Linien, und von Zeit zu Zeit könnt ihr euch auch an einem Bogen versuchen... (1-2 Minuten)

Stoppt bitte und stellt euch nun vor, dass ihr einer der Schreiber seid, wie es sie vor 3000 Jahren im Zweistromland gegeben hat. Diesmal ist die Unterlage, auf die ihr schreibt, eine Tontafel, und euer Schreibzeug ist ein spitzer Metallgriffel, mit dem ihr eure Zeichen in den Ton ritzt. Haltet die Tontafel mit der einen Hand, nehmt den Griffel in die andere Hand und fangt an, imaginäre Buchstaben oder Zeichen in den Ton zu ritzen. Spürt dabei, dass ihr diesmal eine ganz andere Schreibtechnik benutzen müsst, damit genau die richtige Menge Ton aus der glatten Platte herausgekratzt wird. Spürt, wie sich diesmal die Muskeln an beiden Armen und Händen anfühlen, wenn ihr auf diese Weise schreibt... (1-2 Minuten)

Stoppt bitte und geht in der Phantasie von Mesopotamien nach Ägypten. Setzt euch auf euren Platz am Tisch und seht ein imaginäres Papyrusblatt vor euch, wellig und mit rauer Oberfläche. Nehmt in die rechte Hand ein angespitztes Stück Bambus. Natürlich habt ihr auch Tinte. Fangt an zu schreiben und erfindet diesmal eine Art Bilderschrift. Konzentriert euch auf das Gefühl in euren Muskeln, wenn die Bambusspitze über das Papyrusblatt fährt. Spürt den Kontakt des Schreibgerätes mit der Unterlage und hört in eurer Phantasie das leise Kratzen... (1-2 Minuten)

Stoppt bitte und denkt daran, dass auch unsere Vorfahren großes Vergnügen daran gefunden haben, sich in Bildern auszudrücken. Sie haben auf die Wände von Höhlen Tiere und Gottheiten gemalt. Stellt euch wieder vor euren Tisch. Nehmt in die eine Hand eine kleine Schale mit Fingerfarbe und entscheidet euch, welche Farbe ihr benutzen wollt – Ocker, Karminrot, Saharagelb oder Amazonasgrün. Taucht eure Finger in die imaginäre Farbe und fangt an, auf die Wand vor euch ein steinzeitliches Bild zu malen, vielleicht ein Tier, das man jagen kann, eine Fruchtbarkeitsgöttin, die Gestalt eines Kriegers, eine Mutter mit Kindern oder was ihr wollt. Spürt auch diesmal, wie das ist, wenn ihr eure Finger als Zeichenwerkzeug benutzt. Seht vor eurem inneren Auge das Bild, das dabei entsteht. Spürt, wie sich eure Muskeln anfühlen, wenn ihr auf diese Weise „schreibt“... (1-2 Minuten)

Stoppt wieder. Diesmal wollen wir uns von kleinen Kindern inspirieren lassen, die manchmal Bilder in die Luft malen. Wir werden keine Bilder malen, sondern in die Luft schreiben. Wir werden das auf eine ganz besondere Weise tun, damit beide Hälften unseres Gehirns kooperieren können. Legt die Zeigefinger beider Hände zusammen und stellt euch vor, dass das euer Schreibgerät ist, ein Schreibgerät sozusagen mit einer Doppelspitze. Wir können mit dem Wort beginnen, das euch vielleicht am vertrautesten ist, nämlich mit eurem Vornamen. Schreibt euren Vornamen vor euch in die Luft und macht ihn ganz klein. Jetzt schreibt ihn wieder und wieder und macht ihn schrittweise immer größer, bis ihr mit euren Armen richtig ausholen müsst... (1-2 Minuten)